

# البراهين

العدد ١٧٢

الجمعية العلمية والثقافية

مجلة شهرية تعنى بشؤون الطفولة . تصدر عن قسم الشؤون الفكرية والثقافية . شعبة الطفولة والناشئة . شهر رجب ١٤٤٥ هـ شباط ٢٠٢٣ م

للأعمار من ٥ الى ١٢ سنة







كلمة  
العدد

## الشخص الوحيد

نحن نعرف جيداً أن للعلم منزلة عظيمة في الحياة وكل واحد منا يحلم دوماً أن ينال أعلى مراتب العلم؛ لأنه هو أساس النجاح في الحياة، والشخص الوحيد الذي يستطيع أن يُنير عقولنا هو المعلم الذي يبذل جهداً كبيراً ويُسخر جميع امكانياته وقدراته في نقل المعلومات العلمية لنا بكل سهولة ويسر، وينقلنا من ظلمات الجهل إلى نور العلم، ويساهم في بناء مجتمعاتنا، فبفضله نُصبح أطباء ومهندسين وغيرها من الاختصاصات العلمية الأخرى، ومثلما لطالب العلم حق على المعلم كذلك للمعلم حقوق كثيرة وواجبات علينا، فيجب على كل طالب علم أن يكون أسلوبه مؤدباً في حوارهِ مع معلمه، وأن يناقشه وأن لا يكون صوته أعلى من صوت معلمه، وكذلك عليه أن ينصت جيداً لمعلمه، وأن يستفيد من علمه بالشكل الصحيح، وأن يبتعد عن مقاطعته خلال الشرح، وعن إثارة الفوضى داخل الدرس، فالمعلم هو كالأب يحرص دوماً على تربيته أخلاقياً وعلمياً لنكون أشخاصاً نافعين ناجحين في حياتنا.

مدير التحرير



الذباب



طبيباً ماهراً



الكلام كالدواء



المنطاد الهوائي



طائر أبو منجل



محاسبة النفس



الحساء



رئيس التحرير  
عليه البدري  
مدير التحرير  
مصطفى عادل الحداد  
هيئة التحرير  
أحمد عبد المهدي  
سجاد الحلو  
الرسوم  
زيد عبد الجليل  
عباس راضي  
عليه رستم  
زاهد المرشدي  
التصميم والخراج  
نور الدين اللامي  
عليه جواد سلوم  
التدقيق اللغوي  
مصطفى كامل محمود  
الإشراف العام  
عقيل الياسري  
الطباعة والنشر  
دار الكفيل للطباعة والنشر

www.DarAlKafeel.com  
+964 770 673 3834  
+964 790 243 5559  
+964 760 223 6329  
طباعة والنشر والتوزيع

الجزء الثاني : سجاد الحلو

## فضل جهاد عبد

### عرفنا عن نفسك

اسمي فضل جهاد عبد وأنا من محافظة كربلاء المقدسة وادرس في الصف الثالث الابتدائي في مدرسة الجيل الصاعد وعمري تسع سنوات.

### ما هوايتك وطموحك في المستقبل؟

أحب ممارسة الرياضة وخصوصاً رياضة كرة القدم بشكل مستمر، وأطمح بأن أكون في المستقبل مهندساً معمارياً أساهم في بناء بلدي العراق ليكون من أفضل وأحلى الدول.

### حدثنا عن مدرستك

أحب مدرستي كثيراً فهي التي ترسم لي طريق مستقبلي وتجعلني شخصاً مهماً ومتعلماً في مختلف العلوم.

### نصيحة تقدمها لأصدقائك؟

انصح أصدقائي الاعزاء بالمواظبة على الدراسة والاجتهاد فيها كما انصحهم باحترام والديهم وعدم ايذائهم ابداً.





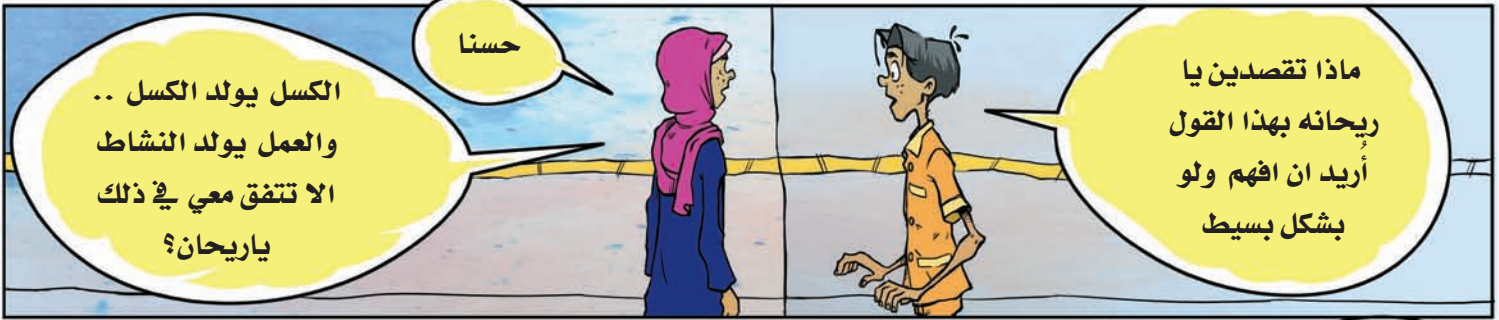
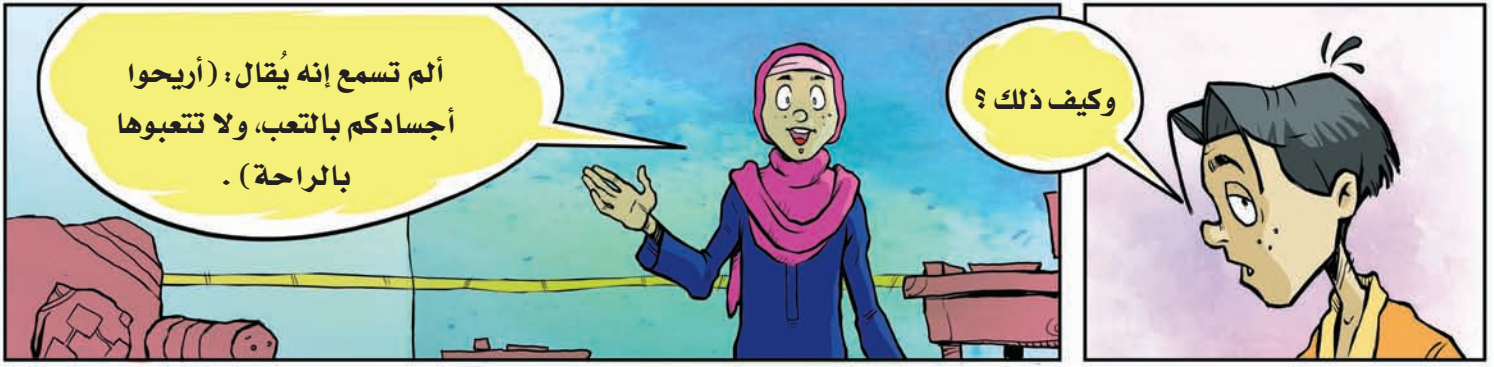
# ريحان وريحانة

سيناريو و رسوم : زيد عبد الجليل

اكتب عنواناً للقصة:









# أخطبوط جوز الهند

سمي بهذا الاسم كونه يستخدم ثمار  
جوز الهند كملجأ للاختباء بداخلها  
حيث يطوي مغالبه الستة حول جسده  
ويعيش على اثنين آخرين، يتواجد بكثرة في  
المحيط الهندي قرب اندونيسيا، ويعتمد في

غذائه على الجمبري وسرطان البحر والمحار. يتميز أخطبوط جوز الهند عن باقي الحيوانات ببراعته في  
إعادة التدوير حيث يقوم في قاع المحيطات بصناعة منزل خاص له من قشور جوز الهند ويستخدمه  
كبيت ودرع يحميه من المفترسات ويجعله ينتقل من مكان الى آخر بشكل آمن.

أحبائي الرياحين نتعلم من أخطبوط جوز الهند  
الجميل أن نساهم في الحفاظ على البيئة من خلال  
إعادة تدوير الأشياء البسيطة التي نستخدمها،  
لنستفيد منها في أماكن أخرى



# جزرة من الورق

إعداد: مصطفى عادل الحداد

عيون دمي  
بلاستيكية

مقص

صمغ

ورق ملون

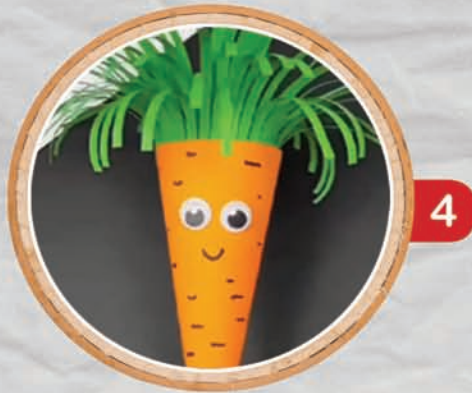
الأدوات

العمل



نُحضِرُ ورقةً مربعة الشكل خضراء اللون ونقومُ بطيها ثمَّ نقصها على شكل أشرطةٍ صغيرة ونلصقها في الطرف العلوي، كما موضح في الصورة.

نُحضِرُ ورقةً باللون الذي نرغبُ به ونقصُ منها شريطاً عريضاً ثمَّ نقوم بطيّه وباستخدام قلم الرصاص نرسمُ شكل الأصبعين السبابة والوسطى، كما موضح في الصورة.



في النهاية نرسمُ مجموعةً من الخطوط السوداء المتعرجة في جميع الجهات لنحصلَ على الشكل النهائي لجزرة جميلة من الورق، كما موضح في الصورة.

نلصقُ عيني دمي البلاستيكية وباستخدام قلم الماجيك الأسود نرسمُ أسفلها نصف دائرة على شكل هلال صغير، كما موضح في الصورة.





# طاولة كريم

في عصر أحد الأيام كان كريم جالساً على طاولته الدراسية الجميلة يقوم بحل المعادلات الحسابية وبعد ساعات قضاها على الطاولة منح نفسه استراحةً ليشرب الماء ويأكل الفواكه اللذيذة والمفيدة، فذهب الى المطبخ وبينما كان يستعد لتحضير صحن الفواكه سمع جرس المنزل يرن فذهب مسرعاً وفتحته فرأى والده الذي قال له فوراً : ساعدني يا بني فلقد جلبت لك طاولة دراسية جديدة هيا احملها معي لندخلها الى غرفتك.

عندما وُضعت الطاولة الجديدة في غرفة كريم فرح كثيراً واسبغ بنقل اغراضه وكتبه واقلامه من طاولته القديمة الى الطاولة الجديدة ، بعد ذلك ذهب الى المطبخ وأعد صحن الفواكه وعاد لغرفته ووضعها على الطاولة الدراسية الجديدة الى جانب كتبه واقلامه ليكمل دراسته ويستمر بحل المعادلات الحسابية .



في المساء وبعد الانتهاء من الدراسة حمل كريم ووالده الطاولة القديمة ووضعها في المخزن لكنهما نسيا ان يغلقا الباب وراءهما ، وبعد منتصف الليل حزنت الطاولة حزناً شديداً وقالت: لم أعد مفيدة لصاحبي فكم من ساعات قضيناها معاً لدراسة الرياضيات والجغرافية والعلوم، والآن يرميني هنا في مخزن البيت المظلم والبارد ولن يسأل عني او يفتقدني بعد هذا



اليوم، فطاولته الجديدة حتماً أفضل مني وسيحبها كثيراً".

انتبهت الطاولة القديمة الى ان باب المخزن مفتوحة وتحركت باتجاه باب غرفة كريم ووقفت عندها وقالت: يا كريم انا طاولتك القديمة التي قضت معك ساعات طويلة في الدراسة وكم تحملتك وانت ترمي بثقل يديك عليها، اصنع لي معروفاً وتبرع بي لمن هو بحاجة الى طاولة لأساعده على الدراسة كما ساعدتك وليعتني بي وينفض عني الغبار فأنت لن تهتم بي بعد الان بسبب طاولتك الجديدة"، سمع كريم كلام الطاولة وفز من نومه متجهاً نحو باب غرفته وقال "ما هذا الحلم العجيب".

في اليوم التالي عاد كريم من المدرسة وبعد تناول طعام الغداء استأذن والده بأن يتبرع بالطاولة القديمة الى احد أبناء الجيران المتعفين ليتمكن من كتابة واجباته المدرسية بشكل افضل، فرحب والد كريم بالفكرة وقال له: احسنت يا بني فالصدقات لا تقتصر فقط على المال بل على الأشياء والحاجات المفيدة والله تعالى يقول في القرآن الكريم بسم الله الرحمن الرحيم:

﴿ وَأَنْ تَصَدَّقُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِنْ كُنْتُمْ تَعْلَمُونَ ﴾.





# زبدون مغامرات

سيناريو: مصطفى عادل الحداد رسوم: عباس راضي









# حلاق ماهر

## SKILLED BARBER

إعداد: سجاد الجلو



١٩٣٠



١٩٢٨



١٩٩٠



١٩٥٤

يذهب الناس منذ صغرهم الى الحلاق باستمرار من أجل ازالة الشعر الزائد وترتيب مظهرهم الخارجي، وبعض الناس يتعلقون بهذه المهنة ويتدربون عليها كثيراً، وانت يا صديق مجلة الرياحين إذا احببت هذه المهنة وأردت ان تكون حلاقاً في المستقبل عليك ان تتعلم في البداية كيفية مسك المقص والمشط وذلك من خلال متابعة فيديوهات مخصصة لهذه المهنة ومن ثم التحدث مع حلاقك الشخصي ليعلمك أساسيات الحلاقة، وان تبدأ بحلاقة الاشخاص القريبين منك لتتجنب الاحراج مع الاشخاص الغريبين في حال وقعت ببعض الاخطاء لتتمكن من معالجتها.

وإذا اردت يا صديقنا ان تكون حلاقاً مبدعاً ومعروفاً بشكل كبير فإني مهنة الحلاقة فعليك ان تتبع الخطوات التالية:



عليك ان تعامل الزبائن بلطف وعناية فائقة ومعرفة القصات المناسبة لهم مقارنة بملامح كل شخص.



عليك ان تبقى مواكباً للطرق الحديثة التي يستخدمها الحلاقون في وقتنا الحاضر.



عليك ان تدخل دورة مختصة بمجال تعليم الحلاقة لتتعلم كل ما هو مهم في هذه المهنة.



عليك ان تعمل مساعداً لأحد الحلاقين الماهرين من أجل اكتساب الخبرة في مجال الحلاقة.



# البكتيريا النافعة

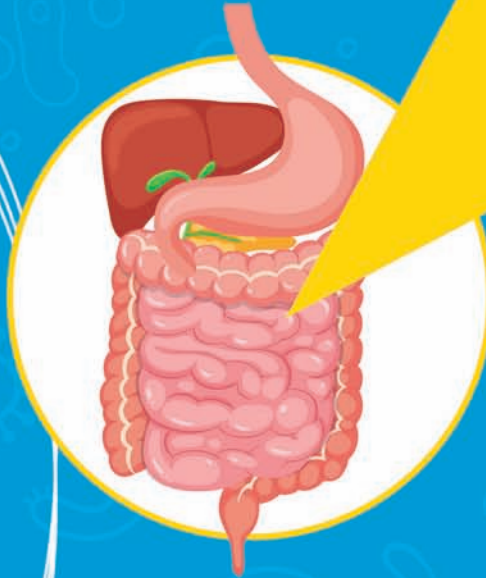
## Useful Bacteria

ربما لم تسمعو من قبل يا أصدقائي بالبكتيريا النافعة فغالباً ما يرتبط ذكر البكتيريا بالأمراض والآثار السلبية التي تحدث في جسم الانسان لكن هناك بكتيريا نافعة ومفيدة للجسم ، سنتعرف عليها معاً .



### كيف نحافظ على البكتيريا النافعة في أجسامنا؟

- التنوع في الطعام فالاعتصار على أنواع محددة من الأطعمة يضر بالبكتيريا النافعة.
- ممارسة التمارين الرياضية فالنشاط البدني يعزز من نمو البكتيريا النافعة في الجسم
- إعطاء الجسم أوقاتاً كافية للراحة وعدم إجهاده؛ لأن ذلك يقلل من عدد البكتيريا النافعة.



تعتبر البكتيريا النافعة أحد أنواع البكتيريا والتي تتواجد داخل الجهاز الهضمي ويطلق عليها تسمية نبات الأمعاء. وهي تساعد على:

- هضم الدهون والألياف.
- تكوين فيتامين (K وB).
- تعمل على عدم تحول بعض المواد إلى سموم .
- تحافظ على عمل القنوات الهضمية بشكل جيد.



بعد ان علمتم يا احبتي بوجود البكتيريا النافعة هل ستخبرون اصدقاءكم عنها وهل ستحافظون على وجودها في اجسامكم ؟



# ماذا هناك؟

في الصباح الباكر خرج قطيع الأغنام يرعى وسط الحشائش يأكل العشب بكل سعادة وهناء، وكالعادة ذهب الراعي (حمدان) يتجول في أرجاء مزرعته يتفقد محاصيله الزراعية، وأوكل حراسة القطيع إلى الكلب (كلبون) الذي كان مسؤولاً عن حراسة الأغنام من الحيوانات المفترسة، وبعد مرور فترة قصيرة اختار (كلبون) مكاناً له تحت ظل إحدى الأشجار وأغمض عينيه لياخذ قسطاً من الراحة، وبينما كانت الأغنام منشغلة بطعامها أحست برياح خاطفة مرت من فوقها وحين نظرت إلى الأعلى شاهدت النسربجناحيه

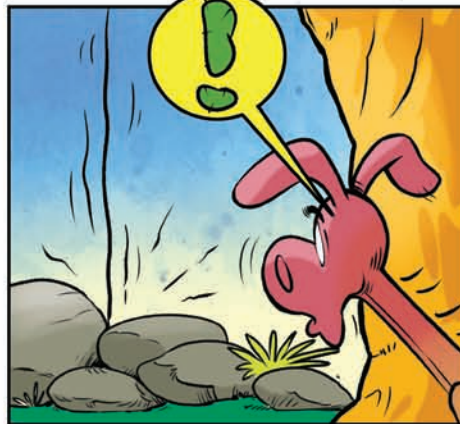
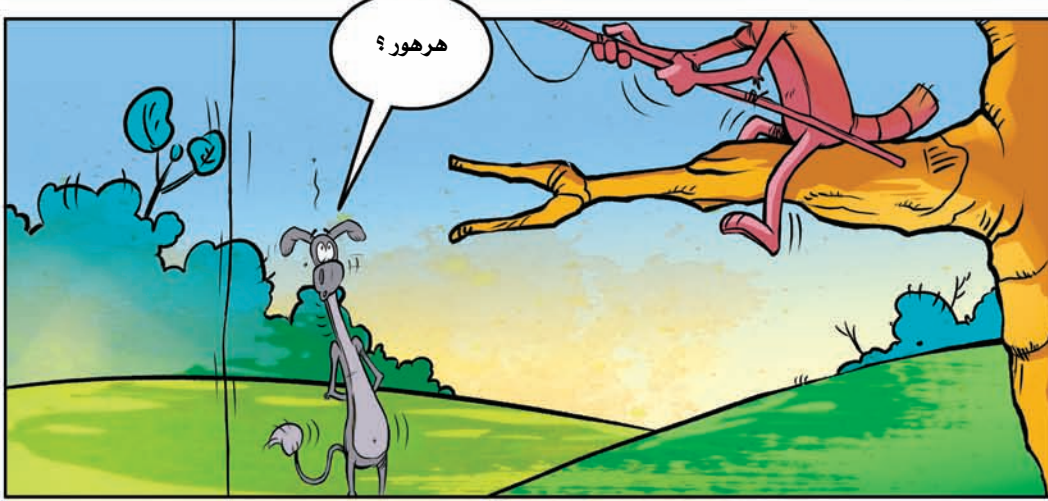
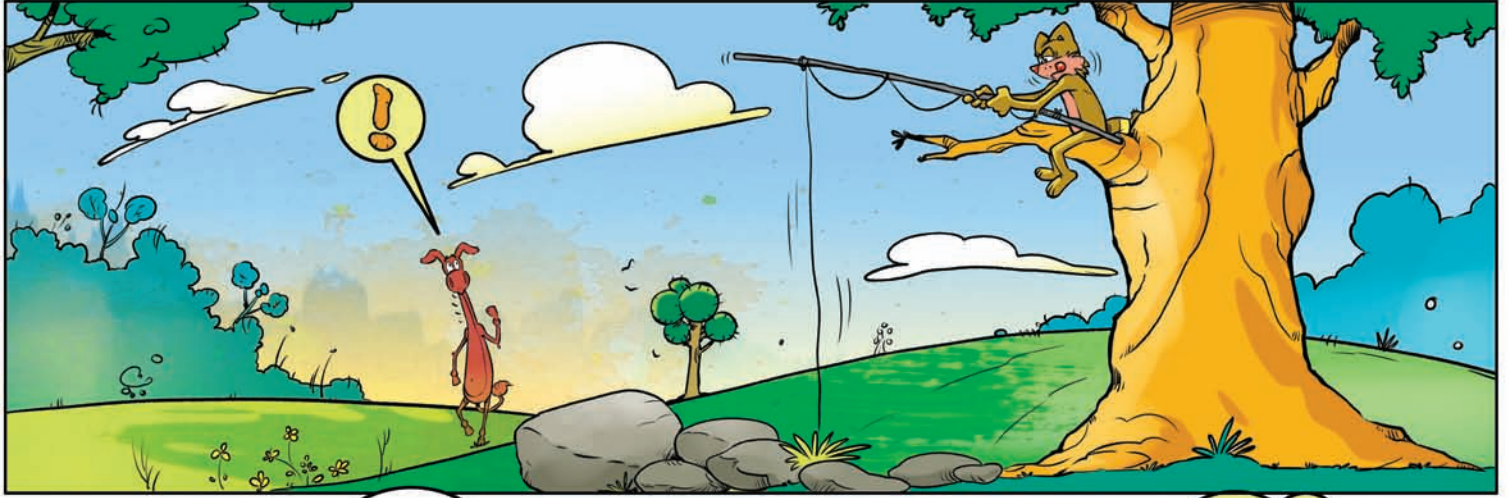
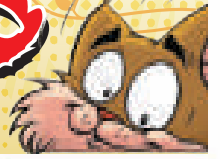




الكبيرين يُحلقُ بالقربِ منها، تعالت الأصواتُ وأخذت الأغنامُ تركضُ، استفاقَ كلبون من نومه مفزوعاً وهو يقولُ: ماذا هناك؟ فقالت إحدى الأغنام: النسرُ يُحلقُ بالقربِ مِنَّا ويُحاولُ اصطيادَ إحدى الأغنامِ الصغيرة، ضحكَ (كلبون) قائلاً: النسرُ يستطيعُ أن يحملَ سمكةً وليس خروفاً صغيراً، لا تخافوا عودوا إلى أماكنكم، وأتكا على جذعِ الشجرةِ وأغمضَ عينيه، وفعلاً عادت الأغنامُ تأكلُ الحشائشَ ولم تهتم للنسرِ الذي يعلو تارةً ويهبطُ تارةً أخرى، لكن بعدَ مرورِ دقائقٍ معدودةٍ حصل ما لم يكن في الحسبان هبطَ النسرُ بقوةٍ كبيرةٍ وأمسكَ بإحدى الأغنامِ الصغيرةِ وراح يُحاولُ التحليقَ في السماء، هربت الأغنامُ في جميعِ الجهات وهي تصرخُ: النجدة... النجدة، وعلى إثرِ الأصواتِ نهضَ (كلبون) من نومه، وأقبلَ الراعي وهو حاملٌ بندقيةَ الصيدِ وصارَ الاثنانِ يلاحقانِ النسرَ وبعدَ محاولاتٍ عدةٍ استطاعَ المزارعُ أن يُصوبَ النسرَ ويُجبرهُ على افلاتِ الخروفِ الصغير، حينها فرحَ الجميعُ لكن (كلبون) حزنَ كثيراً؛ لأنه لم يُحسنِ التصرفَ فتأسفَ كثيراً من الجميع، ومنذ ذلك الوقت تعلمَ (كلبون) أن لا يستهينَ بقدراتِ أي أحد وأن يكون حارساً أميناً لقطيعِ الأغنام.













## سمكة العقرب

SCORPION  
FISH

تنتمي الى عائلة عقارب البحر،  
وتعتبر واحدة من أغرب الأسماك  
في العالم بسبب شكلها الغريب  
ورأسها ذي الاشواك الكبيرة ولديها  
زعانف شوكية قوية عادة تكون  
سامة، تتواجد بين الصخور في أعماق  
المحيطات بألوان مختلفة، وبعض  
أنواعها يكون باللون الأحمر اللامع.

### هل تعلم

ان سمكة العقرب تزحف وتمشي في  
قاع البحار بدلاً من السباحة كباقي  
الأسماك.

## الثعلب الطائر

FLYING  
FOX

هو نوع من الخفافيش لكنه يسمى  
بالثعلب الطائر أو خفاش  
الفاكهة، ويعتبر من أكبر أنواع  
الخفافيش في العالم ويتميز  
عن باقي الأنواع بأنه لا يتناول  
اللحوم بل يعتمد في غذائه على  
رحيق الأزهار والفواكه.

### هل تعلم

ان الثعلب الطائر يبلغ طول جناحيه متراً  
ونصف المتر بينما لا يتجاوز طول جسمه ٣٠  
سنتيمتراً.





## سلحفاة القاطور النهاشة

ALLIGATOR  
SNAPPING  
TURTLE

سميت بهذا الاسم بسبب فكيها  
القويين فهي قادرة على تقطيع  
وجباتها من الأسماك والثعابين  
والضفادع وتعتبر واحدة من  
أكبر أنواع السلاحف التي تعيش  
في المياه العذبة حيث يبلغ وزنها ٨٠  
كيلو غراماً بينما يصل عمرها الى ١٠٠  
عام.



### هل تعلم

تمتلك سلحفاة القاطور استراتيجية غريبة  
فهي صيد فرائسها حيث تخرج لسانها الذي  
توجد عليه قطعة لحم حمراء تشبه الدودة  
لتوهم الفريسة وتجعلها تقترب منها.

## طائر القرقف

CHICKADEE



يتميز طائر القرقف بمظهره  
الجميل وريشه الملون بالأزرق  
والأسود والعديد من الألوان  
الزاهية الأخرى إضافة الى  
سلوكه اللطيف المحب للمرح والتسلية  
مع اقرانه الطيور، ويمتلك منقاراً سميكاً  
وقصيراً يتناول فيه وجباته من الفواكه  
والحشرات والديدان.

### هل تعلم

إن طائر القرقف يستطيع إيقاف ريش  
رأسه ليكون بذلك يشبه عرف الديك  
وذلك فيه أثناء الاخطار التي يمر  
بها.



# سراج والمكتبة المدرسية



خصصت معلمة اللغة العربية يوم الخميس من كل أسبوع سيكون يوم المكتبة المدرسية، فَرَحَ (سراج) كثيراً فهو يُحِبُّ القراءةَ والمطالعة، فقد تعلَّم ذلك على يد والده الذي كان دوماً يوصيه بالقراءة؛ لأنها تُحَفِّرُ الإنسانَ على التفكير والإبداع وتُوسِّعُ من دائرة المعرفة بما يدور من حوله، وكذلك تعملُ على تطوير المهارات والامكانيات الشخصية، ولهذا بقي (سراج) ينتظرُ بشوق كبير ليُدخلَ إلى المكتبة المدرسية ويُشاهدُ ويُطالعُ ما فيها، وفعلاً جاء يوم الخميس، وفي الصباح الباكر دخلَ التلاميذُ بصحبةِ المعلمةِ إلى المكتبةِ وأعجبَ الجميعُ بجمالها وبالعبارةِ الثقافية التي تزينُ جدرانها، وكان في كلِّ جانبِ خمسة رفوف خشبية وكل رف يضمُّ خمسة وعشرين كتاباً للأطفال، راحَ (سراج) يُطالعُ عناوينَ وصور الكتب ليختارَ واحداً منها وبينما هو كذلك لفتت أنباهه صورة غلافٍ لأحدِ الكتب يظهرُ فيها ولدٌ صغيرٌ على ظهرِ دولفين جميل في وسطِ المياه، أُعجبَ (سراج) به فأخذه، واختارَ له مكاناً مناسباً وبدأ بالقراءة، وكانت القصةُ تتكوَّنُ من ستين صفحةً مقسمةً إلى ثلاثة أجزاءٍ متساوية، وبينما كان (سراج) يقرأُ بشغفٍ أحداثَ القصةِ المشوقة،





رَنَ الجرسُ المدرسي معلناً عن انتهاءِ الدرس، حينها قالت المعلمة: رجاءً، كلُّ واحدٍ منكم يُعيدُ الكتابَ إلى مكانه بهدوءٍ تام، حَزَنَ (سراج) كثيراً فهو لم يُكمل من قصته سوى الجزء الأول، ولهذا طلبَ من معلمته استعارة القصة، وبلا شك وافقت المعلمة لكنها أوصته قائلة: عليك أن تُحافظَ عليها من التلف وأن تُعيدها غداً، هُزَّ (سراج) رأسه قائلاً: حسناً، وذهبَ مسرعاً وهو يَضُمُّها إلى صدره بقوة، ليحتفظَ بها في حقيبته المدرسية وليُكملَ قراءتها عند عودته إلى المنزل.



ما عدد الصفحات التي لم  
يقرأها محمد




كم يبلغ العدد الكلي لجميع  
الكتب




ما عدد الرفوف الخشبية  
في المكتبة







## طابعة الجيب المحمولة

صار بإمكانك طباعة ما تريد في أي وقت وفي أي مكان من خلال الطابعة المحمولة بالجيب التي تطبع الصور الفورية والملصقات والرسائل والملاحظات وأهم ما يميزها صغر حجمها وحملها معك أينما تذهب سواء إلى العمل أم إلى التزهة أم حتى عند السفر.



## جهاز سلق البيض السريع

من أجل فطور صحي ولذيذ وسريع التحضير ولا يؤخر عن الدوام المدرسي، كل ما تحتاجه هو وضع البيضة في جهاز سلق البيض البخارية وبعد بضع دقائق ستكون جاهزة كما بإمكانك وضع أكثر من بيضة، فهو سهل الاستخدام ولا يحتاج إلى جهد ووقت لتنظيفه.



يعمل التلفاز من خلال  
مجموعة من الاجهزة التي  
تجتمع لتخرج صوت وصورة  
جميلة مثل:



### الهوائي

وهو جهاز يعمل على استقبال  
إشارات البث التلفزيوني  
لمسافات طويلة، ويمكن ان  
يتأثر البث بمجموعة من  
العوائق مثل الجدران.



### جهاز التحكم

ويعرف باسم (الريموت  
كوتترول) وهو آلة إلكترونية  
يتم من خلالها التحكم عن بعد  
في جهاز التلفاز.

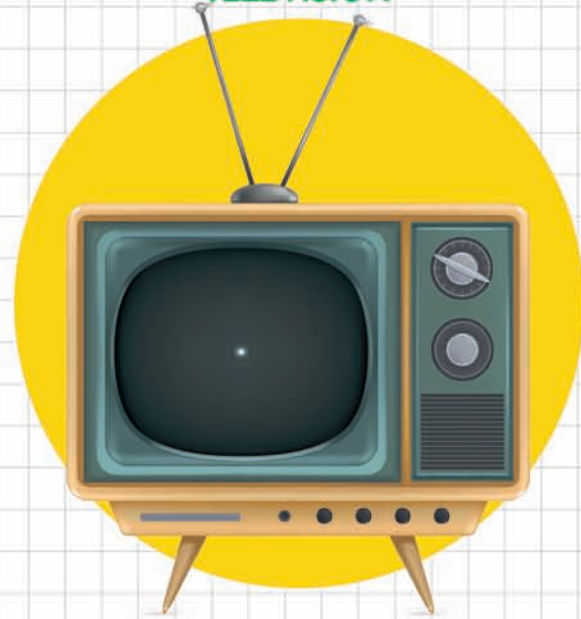


### جهاز الاستقبال

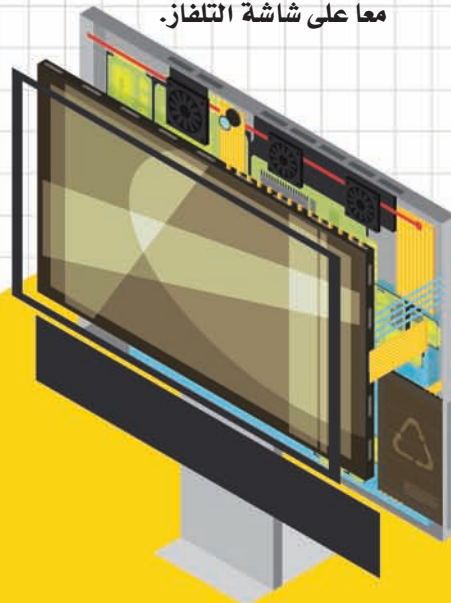
ويسمى الرسيفر وهو جهاز  
إلكتروني موصل بكابل  
كهربائي من صحن فضائي  
لاستقبال القنوات التي تبثها  
الأقمار الصناعية.

# التلفاز

## TELEVISION



يعتبر التلفاز من أكثر الأشياء المسلية التي نبحث عنها لقضاء بعض أوقات الفراغ من خلال مشاهدة أفلام الكارتون أو البرامج التلفزيونية المتنوعة الممتعة، ويعمل التلفاز من خلال مرحلتين (الاستقبال والارسال)، حيث يتم الاستقبال بالاعتماد على سريان التيار الكهربائي فيه حتى تعمل الدوائر الكهربائية التي في داخله ومن ثم يصبح قادراً على العمل، لتأتي مرحلة الارسال وهي المحطة التلفزيونية حينها يتم تحويل الفيديو والصوت المرافق له من خلال دمج الإشارة الصوتية مع الإشارة الصورية وادخالهما الى (الهوائي) وهو جهاز يوضع فوق السطح ويتصل بشاشة التلفاز) وبعد ذلك يستقبلهما التلفاز ويعمل على فصلها إلى إشارة الصوت وإشارة الصورة ومن ثم يتم معالجتها لتعرض الأصوات والصور معاً على شاشة التلفاز.





# العصفور

SPARROW





1

## العصفور الذهبي المتوج

يتميز العصفور الذهبي المتوج بحنجرته الجميلة التي تخرج أصواتاً جميلة للغاية وبألوانه الذهبية الجميلة ويتواجد عادة في الحدائق والاماكن الخضراء، ويعتمد في غذائه على رحيق النباتات والحشرات الصغيرة.



ينتمي العصفور الى رتبة العصفوريات ويعرف بحجمه الصغير حيث يبلغ طوله حوالي ١٦ سم بينما يبلغ وزنه ٢٤ غراماً فقط، ويتواجد بعدة ألوان مثل البني والابيض والاسود، يعيش العصفور في أغلب دول العالم على شكل اسراب كبيرة فهو كائن اجتماعي، ويمتلك منقاراً صغيراً يساعده في تناول وجباته من الحشائش ومحاصيل الحبوب والحشرات الصغيرة.

2

## عصفور الحنجرة البيضاء

يعرف هذا النوع بلون حنجرته البيضاء الجميلة، ويتميز بإصداره أصواتاً عذبة وجذابة، ويختلف عن باقي العصافير بأنه يتواجد حسب فصول السنة حيث ينتشر في فصل الشتاء في الولايات المتحدة بينما يكون في كندا في فصل الصيف.



يبني العصفور اعشاشه في مختلف الاماكن مثل الاشجار وزوايا المنازل وغيرها الكثير، ولديه صوت مميز يستخدمه بشكل مستمر يعرف بعدة اسماء مثل الزمزم والصرير، بينما الزقزقة والتغريد ليست أسماء أصوات العصفور كما هو شائع وانما يعبران عن ارتفاع صوت العصفور.

3

## عصفور الكاردينال البرازيلي

يتميز عصفور الكاردينال البرازيلي عن باقي الانواع بمنقاره الذي يكون باللون الاحمر، ويعيش في البرازيل وشمال الارجننتين، ويعتمد في غذائه على الحشرات والحبوب النباتية.



وهناك العديد من أنواع العصافير المختلفة بالشكل واللون والطباع ونحن سنخبركم عن أبرزها:



يليلى تحبُّ المطر كثيراً لكنها تحبُّ الشمس أيضاً، ففي الصباح كانت وافقةً عند النافذة تلمسُ بيديها حبات المطر التي تسقطُ بغزارة، فرحت كثيراً بسقوطِ المطر لكنها تنتظرُ شروقَ الشمس من بين الغيوم لترى قوس الألوان، فعندما تمطرُ السماء، وتتناثرُ بين السماء والأرض، تخترقُ أشعة الشمس قطرات الماء، فيتفكك شعاعُ الشمس إلى سبعة ألوان، وهي الأحمر، والبرتقالي، والأصفر، والأزرق، والأخضر، والنيلي، والبنفسجي، وظلت

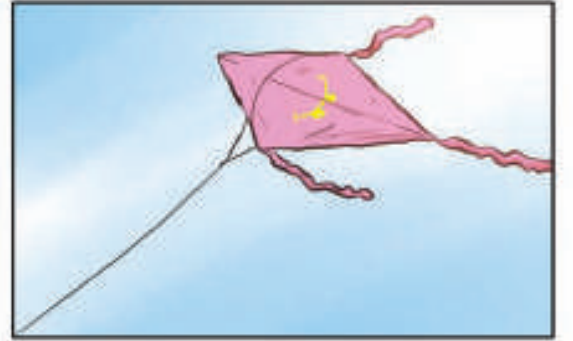
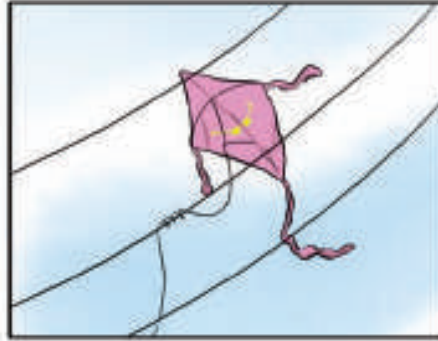
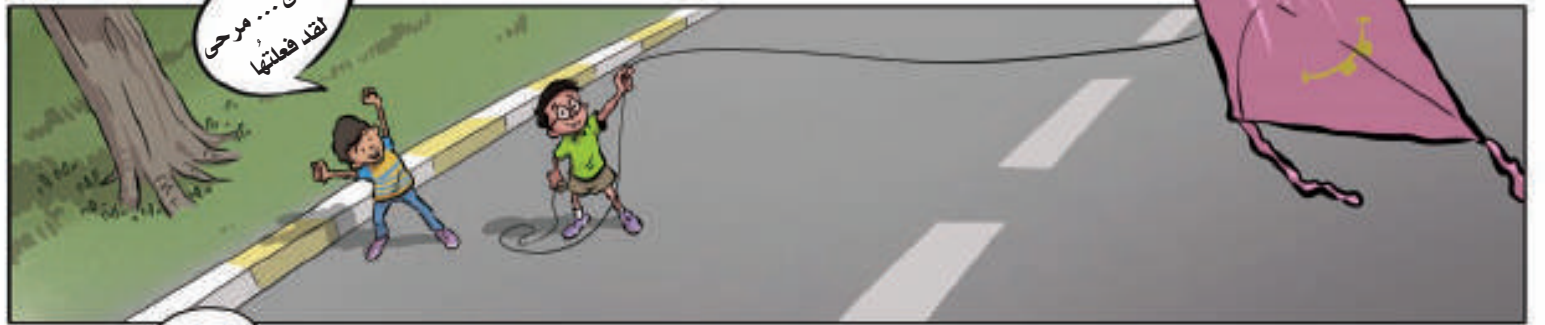




ليلي بشوق كبير تنتظر أشعة الشمس تتخلل قطرات المطر ليظهر قوس الألوان، لكن مرت الدقائق ومرت الساعات وتوقف المطر وأشرقت الشمس لكن لم يظهر قوس قزح، شعرت ليلي باليأس وغادرت غرفتها وعلامات الكآبة والحزن بادية على وجهها، نظرت إليها أخوها باستغراب فهو يعرف بأنها تحب هطول المطر كثيراً، فسألها قائلاً: ما يحزنك يا عزيزتي؟ فأجابت ليلي قائلة: لقد توقف المطر وأشرقت الشمس ولم يظهر قوس الألوان هذه المرة، ضحك أخوها قائلاً: أتحبين قوس الألوان؟ هزت برأسها قائلة: نعم، لكنه خذني هذه المرة، مسح أخوها على رأسها قائلاً:

لا تبالي أنا سأصنع لك قوس الألوان، نظرت إليه باستغراب قائلة: كيف ذلك؟ أسرع أخوها وأحضر كوباً بلاستيكياً شفافاً مملوءاً بالماء ووضعته على عتبة النافذة في ضوء الشمس الساطع، ثم أخرج الكوب عن الحافة قليلاً وضبط التوازن بحيث لا ينقلب، وأحضر ورقة بيضاء ووضعها على الأرض في مكان سقوط ضوء الشمس، وقال مبتسماً: ماذا تشاهدين؟ ضحكت ليلي بصوت عالٍ وقالت: إنه قوس الألوان، ثم احتضنت أخاها من شدة الفرح، وراحت تقفز هنا وهناك وتنادي: في بيتنا قوس الألوان، فعلى الرغم من أن ضوء الشمس يبدو أبيض أو عديم اللون، فإنه في الواقع يتألف من جميع الألوان المختلفة، شكلت الألوان المجتمعة طيفاً أو سلسلة من شرائط الألوان، فبينما يمر الضوء خلال المياه الموجودة في الكوب، فإن أشعة الضوء لكل لون في الطيف تنكسر إلى اتجاه مختلف، وعندما انعكست الأشعة على الورقة استطاعت ليلي رؤية كل ألوان الطيف في صورة قوس الألوان، ويظل ترتيب الألوان هو نفسه دائماً؛ لأن الألوان تنكسر دائماً بالطريقة نفسها.











# الأخوان

اجتمع الاحفاد في يوم الجمعة كعادتهم عند جدهم حبيب  
والذي فرح بقدمهم وصار يسألهم عن أخبارهم ودراساتهم،  
وبعد ذلك التفت اليه حسام وهمس في أذنه قائلاً: جدي  
عندما نخرج في الفرصة اشترى بعض الحلوى ولكن يوسف





لا يشتري ابداً! وكلما سألته عن ذلك لا يجيب، وحينها قال الجد: ولدي يوسف لماذا لا تشتري بمصروفك بعض الحلويات؟ اطرق يوسف برأسه وقال: كنت لا أريد ان اخبر احداً ولكنني سأخبرك يا جدي فهناك صندوق خاص بالأيتام وأنا أضع مصروفي من الاموال هناك كي يصل اليهم.

ابتسم الجد وقال: أحسنت عزيزي فأنت تتصدق سرّاً لوجه الله تعالى، وهناك من يضحي بنفسه سرّاً في سبيل الله تعالى، فسأل حسام جده: وكيف يكون ذلك يا جدي؟ فأجاب الجد: ذات يوم ونحن نقاتل الارهابيين وجدت مقاتلاً من محافظة ذي قار يبكي فسألته عن سبب بكائه فاخبرني عن استشهاد اخيه بالمعارك قبل قليل، فقلت له إن أخاك عندما اختار هذا الطريق كان يعلم باحتمال استشاده وقد نال هذا الشرف العظيم، فقال ودموعه تجري لم أكن أعلم بأن أخي يجاهد وهو لم يكن يعلم بجهادي أيضاً، واليوم وجدت مجموعة من الشهداء واذا بي أرى أخي معهم شهيداً، فأنصدمت جراء ذلك ولكن هنيئاً له الشهادة.







# النارنج

## aurantium

هو نوعٌ من أنواع الحمضيات ويُعدُّ من الأشجار المعمرة دائمة الخضرة، يصل ارتفاعها إلى عشرة أمتار، ذات أوراق جلدية غامقة اللون وأزهار بيضاء لها رائحة عطرية جميلة، لذا غالباً ما تُستخدم في صناعة العطور والصابون، أما ثمرتها فتكون على شكل كروي ذات لون برتقالي محمر ويكون ملمسها خشناً وطعمها حامضاً كالليمون، وتُعرف بأنها من الأشجار سريعة النمو والتي تحتاج إلى طقس مشرق ومشمس وجاف، لذلك تنمو بكثرة في فصلي الصيف والخريف، ويشتهر بلدنا العراق بزراعة هذه الشجرة لقدرتها على تحمل الطقس الحار، وينال النارنج شهرة واسعة ويدخل في إعداد الكثير من الأطباق الغذائية ليس لمذاق عصيره اللذيذ فقط، بل لما يمتلكه من فوائد صحية متعددة منها :-

١ يُحافظ على صحة الجهاز الهضمي حيث يعالج حالات عسر الهضم والإسهال والإمساك، ويعتبر قاتلاً جيداً للبكتيريا الضارة والديدان.

٢ يعزز من صحة الجهاز المناعي للجسم ويُساعد في علاج بعض الأمراض الانتقالية كالأنفلونزا ونزلات البرد لاحتوائه على نسبة عالية من فيتامين (C-A)، وكذلك يُعالج احتقان الأنف.

٣ يساعد على خسارة الوزن الزائد ويعمل على حرق الدهون المتراكمة في الجسم.

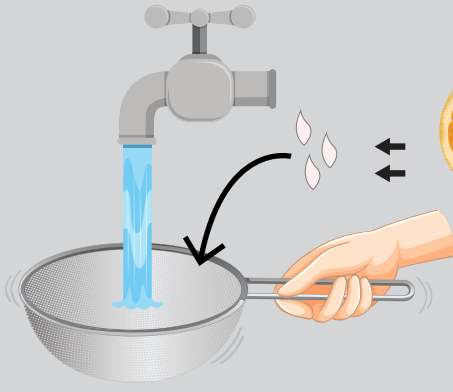
٤ يُساهم في سرعة شفاء الجروح لاحتوائه على فيتامين (G)، الذي يلعب دوراً مهماً في مد الجسم ببروتين الكولاجين الضروري لعملية الالتئام ولصحة البشرة.

٥ يُعالج بعض الالتهابات الفطرية ويُخفف من حدة الأعراض المرافقة لها، مثل: الثعلبية ومرض قدم الرياضية الذي تُصاب به أقدام اللاعبين الرياضيين بسبب تكون الفطريات.



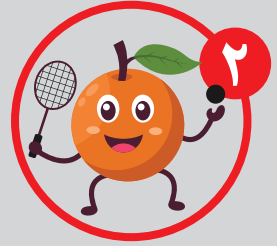


## طريقة الزراعة



في البداية نقطع النارج إلى نصفين ونستخرج منه مجموعة من النواة ونقوم بغسلها بالماء جيداً، ثم نتركها لتجف تماماً.

في اليوم التالي نقوم بإزالة القشر الخارجي لكل نواة واستخراج البذور.



نضعها فوق منديل ورقي ونرش قليلاً من الماء فوق المنديل الورقي ثم نطويه ونضعه داخل علبة ونغلقها بصورة جيدة.

نضع العلبة في مكان مظلم ودافئ وبعد مرور (١٢-١٥) يوماً سنلاحظ ظهور الجذر أسفل كل بذرة.



حينها نقوم بغرسها في أصيص مليء بالسّماد النباتي ونحرص على أن يكون الجذر في الاتجاه السفلي وأن البذرة مغطاة بالتربة جيداً ونستمر على سقايتها بالماء، وسوف نلاحظ بعد مرور عشرة أيام أول ظهور للأوراق الخضراء الصغيرة.







أبدع الله سبحانه وتعالى فيه خلق الطبيعة الخلابة  
من الجزر الجميلة والغابات الغريبة، ونحن نتجول مع  
المستكشف الصغير لنعرفنا على جمالها وتفاصيلها.

اعداد: سجاد الحلو

## جزيرة لارك

انطلق المستكشف الصغير بجولته الجديدة  
الى دولة ايران ووصل الى جزيرة لارك  
الجميلة التي سميت بهذا الاسم لكثرة  
شجرة الأراك فيها والذي يستخرج منه  
(عود السواك)، وتعتبر الجزيرة من أهم  
الجزر الإيرانية وأكثرها كثافة في السكان  
الذين يعتمدون في عيشهم بشكل كبير على  
الزراعة وصيد الاسماك، وتتميز بشكلها  
الدائري البيضوي وبسواحلها الرملية  
الجميلة التي تتواجد فيها السلاحف  
البحرية بكثرة.

## غابات أرسباران

بقي المستكشف الصغير يتجول في دولة ايران  
قاصداً غابات أرسباران الواقعة في شمال  
غرب إيران والتي تعد واحدة من أجمل  
الغابات لذا أصبحت وجهة سياحية مهمة  
للعديد من السياح على مدار العام يتجولون  
فيها بين الجبال الشاهقة والسهول الرائعة  
والحدائق الخضراء الكبيرة، إضافة الى  
مشاهدة العديد من أنواع الطيور والحيوانات  
المختلفة، وزيارة المعالم التاريخية فيها مثل  
معلم قلعة بابك.





## آداب تلاوة القرآن الكريم

لا بد يا أصدقائي من تخصيص جزء من وقتنا لتلاوة القرآن الكريم يومياً فلهذه العبادة فضل كبير حيث قال رسولنا محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) ((اجعلوا لبيوتكم نصيباً من القرآن، فإن البيت إذا قرئ فيه يسر على أهله، وكثر خيرته))، فيجب ان لا تلهينا الأمور الأخرى عن تلاوة كتاب الله العزيز، لكن لهذا العمل العظيم آداباً يجب ان يتحلى بها كل مسلم حتى ينال اجره كاملاً من التلاوة .

### آداب ينبغي على المسلم مراعاتها عند التلاوة :

- الوضوء : فلا يجوز لمس حروف وآيات القرآن الكريم من غير وضوء .
- الاستياك : وتعني تنظيف الفم بالمسواك حيث يقول الرسول محمد (صلى الله عليه وآله وسلم) : ((نظفوا طريق القرآن، قيل يا رسول الله وما طريق القرآن؟ قال : أفواهكم، قيل بماذا؟ قال : بالسواك)).
- الخشوع : التوجه الى الله تبارك وتعالى بقلب سليم بملؤه الايمان بعظمة الله تعالى وقدرته .
- التعوذ : يحب ان يفتتح القارئ التلاوة بالتعوذ ويقول ((اعوذ بالله من الشيطان الرجيم)).
- التوجه نحو القبلة : حينما يتلو القارئ القرآن الكريم يستحب ان يتوجه الى القبلة وان يرفع القرآن الكريم لمستوى الصدر.





## كلمة السر

اشطب الكلمات  
بعد ان تبحث عنها داخل  
المربعات حتى تستطيع  
معرفة كلمة السر

قدم

تنفس

سلة

طائرة

طاولة

ماء

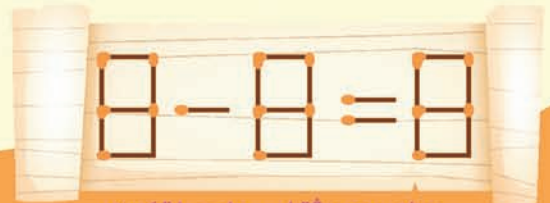
ق	س	م	ك	ت
د	ل	ا	ر	ن
م	ة	ء	ة	س
ط	ا	و	ل	ة
ط	ا	ئ	ر	ة

اجب هنا

اكتب اسم الحيوان ثم حدد  
فيما اذا كان يلد ام يبيض

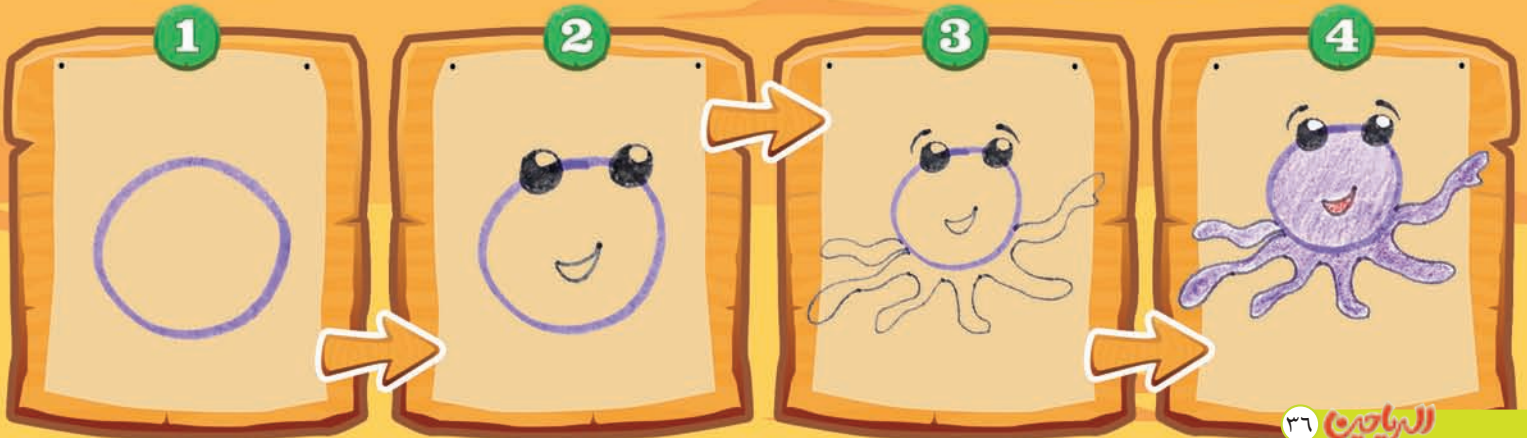


## عود الثقاب



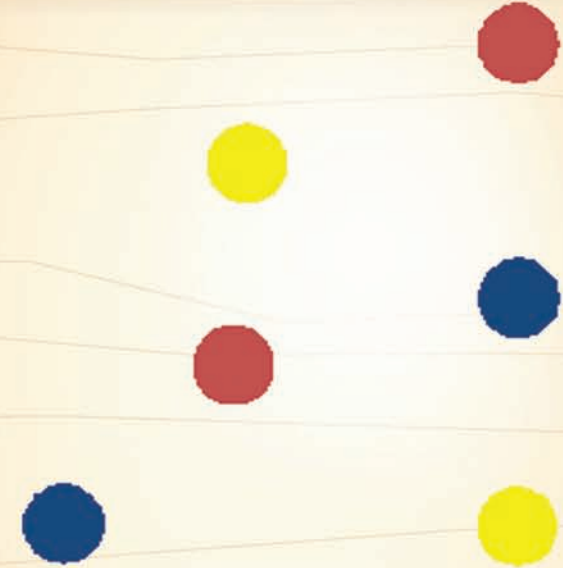
حرك عود ثقاب واحد لتكون  
العملية الحسابية صحيحة

## ارسم بطريقة سهلة





## صل بخطوط مستقيمة



صل بين الألوان المتشابهة بشرط ألا تتقاطع  
الخطوط فيما بينها وألا تخرج عن إطار المربع.

## لعبة الحروف

كون من هذه الحروف  
( ل - ق - أ - ب )  
ثلاث كلمات.

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

## رتّب الصورة

1

2

3

4







إعداد: أحمد عبد المهدي

# الرياضة الصباحية

Morning  
sport



لا بد من النهوض مبكراً من النوم بكامل الطاقة والحيوية والنشاط وعدم التكاثر من أجل الذهاب إلى المدرسة بجسم وذهن سليمين يساعداننا على استيعاب الدروس والمعلومات من الأستاذ كما يساعداننا على إكمال يومنا المدرسي بشكل مثالي لا يعترضه الخمول والتعب والملل، ولتحقيق ذلك ما عليك إلا ممارسة الرياضة الصباحية بعد النهوض من النوم ولفترات قليلة فقط .





## فوائد الرياضة الصباحية

- زيادة الطاقة ، حيث تزود الرياضة أعضاء الجسم بالأكسجين مما يؤدي الى زيادة الطاقة في الجسم .
- التخلص الدهون ، فإن ممارسة الرياضة الصباحية قبل الإفطار تساعد على التخلص من الدهون في الجسم بنسبة قد تصل الى ٢٠ % .
- المساعدة على اتخاذ القرارات ، فعندما تبدأ يومك بالرياضة ستتمكن من التركيز في دراستك وعملك وتنظيم وقتك .
- رفع المناعة ، فالرياضة الصباحية كفيلة بتعزيز مناعة الجسم من الأمراض ومحاربة الالتهابات والجراثيم .
- تحسين المزاج وتقليل التوتر ، حيث ان ممارسة الرياضة الصباحية لمدة ١٠ دقائق تجعلك اقل توتراً وذا مزاج جيد تستطيع ان تكمل يومك دون ضغوط .

ولكي نستفيد استفادة كاملة من الرياضة الصباحية اليومية علينا الصبر والتحمل في الأيام الأولى حتى نعتاد على القيام بالتمارين بشكل دائم ومستمر ولتصبح جزءاً مهماً من يومنا ، كذلك يجب ان نعتني بالوجبات التي نأكلها في المساء حتى نتمكن من النوم مبكراً والنهوض صباحاً بجسم خفيف .

## أنواع التمارين الصباحية

- حركة الذراعين على شكل عقارب الساعة .
- دوران الرقبة في دائرة بمعدل ١٠ مرات .
- وضع اليدين في مستوى الخصر وعمل دوران واسع للحوض ١٠ مرات .
- حركة دائرية للكتف على شكل عقارب الساعة ثم تكرارها بعكس عقارب الساعة .
- رفع الركبة اليمنى ولسها باليد اليسرى والتبديل مع الركبة الأخرى .
- المشي البطيء لمدة ٣ دقائق مع تحريك الذراعين للأعلى وللأمام .

**وبعد ان علمتم يا أصدقائي بأهمية ممارسة الرياضة الصباحية هل ستمارسونها باستمرار للحفاظ على صحة اجسامكم .**



## نحن نفر من قريش

روي أن الإمام الحسن خرج مع أخيه الإمام الحسين (عليهما السلام) ومعهما الصحابي الجليل عبد الله بن جعفر بن أبي طالب (رضوان الله عليه) حجاجاً إلى مكة المكرمة، وفي أثناء الطريق شعروا بالجوع والعطش، فمروا بامرأة عجوز في خيمة، فقالوا لها: هل من شراب؟ فقالت لهم: نعم، هذه شاة أحلبوها، واشربوا لبنها، ففعلوا ذلك، ثم قالوا لها: هل من طعام؟ فقالت: لا، إلا هذه الشاة، فليذبحها أحدكم حتى أهيئ لكم شيئاً تأكلون، فقام إليها أحدهم فذبحها، ثم هيأت لهم طعاماً فأكلوا، ولما انتهوا من الطعام، قالوا لها: نحن نفر من قريش، فإذا رجعنا سالمين فألمي بنا فإننا صانعون إليك خيراً، وبعدما ذهبوا، أقبل زوجها، وأخبرته عن القوم والشاة، فغضب زوجها وقال: ويحك، تذبحين الشاة لأقوام لا تعرفينهم، ثم تقولين: نفر من قريش، وبعد مرور مدة ذهبت المرأة العجوز إلى المدينة وبيئتها كانت تسير في بعض أزقة المدينة، شاهدت الإمام الحسن (عليه السلام) وهو على باب داره، فقال لها: يا أمة الله تعرفيني؟ قالت: لا، قال: أنا ضيفك يوم كذا، فقالت المرأة العجوز بأبي أنت وأمي، ثم أمر أن يشتري لها ألف شاة، وتُعطي ألف دينار، وأرسل معها غلامه إلى أخيه الحسين (عليه السلام)، وأعطاهما أيضاً ألف دينار وألف

شاة، ثم أرسل معها غلامه إلى عبد الله بن جعفر، فقال لها: بكم وصلك الحسن والحسين (عليهما السلام)؟ فقالت: بألفي دينار وألفي شاة، فأمر لها عبد الله بن جعفر بمثل ذلك، فرجعت العجوز إلى زوجها بذلك.



# مسامحة الإخوان

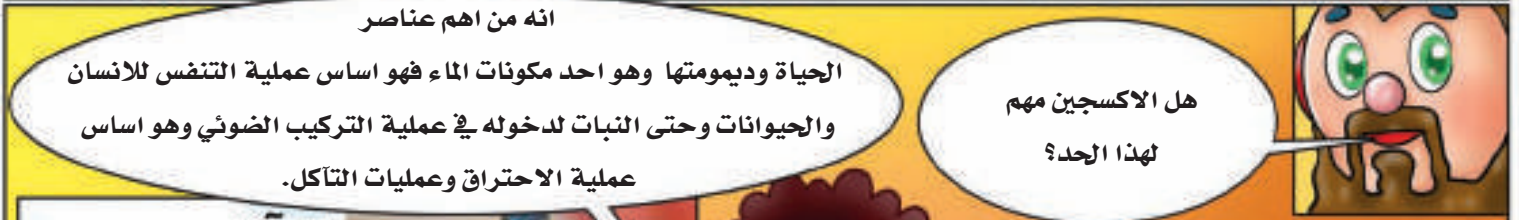
شعر: جليل خزعل

رسوم: عباس راضي

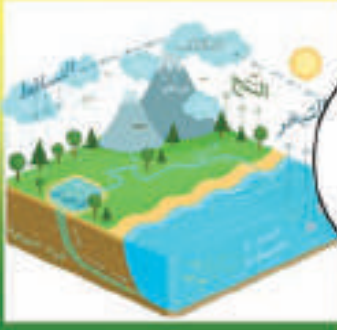
نَعِيشُ بَانَسْجَام	لِي أَخُوَّةٌ كَرَام
وَبَيْنَنَا احْتِرَام	عَلَى مَدَى الْأَيَّام
وَالْوَدُّ وَالتَّصَافُحُ	ثِقَافَةُ التَّسَامُحِ
وَبَيْنَ كُلِّ الْجِيرَانِ	مَطْلُوبَةٌ لِلْإِخْوَانِ
وَهُوَ جَمِيلٌ مَحْبُوبٌ	الاعْتِذَارُ مَطْلُوبٌ
سَنَدٌ لَنَا وَقَوَّةٌ	الصَّحْبُ وَالْأَخُوَّةُ
مُسَامِحَةٌ كَرِيمٌ	كُلُّ أَخٍ حَلِيمٌ
نَنْسَى الْخِلَافَ الْمَاضِي	بِالْوَدِّ وَالتَّرَاضِي











حسب ما قرأت  
الأكسجين يشكل ٢٠ بالمئة من حجم الهواء اما في  
الماء فيشكل ٨٨.٨ بالمئة وترتفع النسبة في الارض  
بسبب دورة الاوكسجين وحركته ضمن الاغلفة  
الثلاثة الغلاف الجوي والحيوي والصخري  
والمحرك هو التركيب الضوئي.



تحصل عملية اختناق ويتوقف  
التنفس ويموت كل شيء حي.

ماذا يحصل اذا اختفى  
الايوكسجين؟



انذار .. انذار.  
ماذا يجري.



كالك .. كالك .. كالك

كالك .. كالك .. كالك



هناك مخلوق طائر هبط  
على فتحة المشعل فعطل  
الاحتراق.



انه سهل ابعادوا  
الطائر عن تلك الفتحة  
فلن تشتعل النار بدون  
الايوكسجين.



كالك .. كالك .. كالك



يتبع



# أويس القرني

هو أُويس بن عامر ، من أصول يمنية، وكنيته أبو عمرو القرني ، أحد أصحاب الامام امير المؤمنين علي بن ابي طالب (عليه السلام) وهو من الثلاثة الذين ذكرهم رسول الله (صلى الله عليه وآله وسلم) وبشر بهم الامة رغم انه لم يرهم ولم يروه.

قال عنه الإمام علي (عليه السلام): (( أخبرني حبيبي رسول الله (صلى الله عليه وآله) أنني أدرك رجلاً من أُمته يُقال له أُويس القرني، يكون من حزب الله ورسوله، ويموت على الشهادة )) وقال عنه الامام الباقر (عليه السلام): (( شهد مع علي بن أبي طالب -عليه السلام- ثلاثة اشخاص بصفين شهد لهم رسول الله -صلى الله عليه وآله- بالجنة ولم يرهم: أُويس القرني وزيد بن صوحان العبدي وجندب بن كعب الأزدي-رحمة الله عليهم)).

كان أُويس (رضوان الله تعالى عليه) من العابدين، وروي أن رجلاً جاء إليه وقال له: (( كيف حالك يا أُويس؟ قال: بخير نحمد الله، فقال له الرجل: كيف الزمان معك؟ قال: ما تسأل رجلاً إذا أمسى





لم ير أنه يُصبح، وإذا أصبح لم ير أنه  
يُمسي، إنَّ الموت لم يبق لمؤمن فرحاً، إنَّ  
معرفة المؤمن بحقوق الله لم تبق له  
فضةً وذهباً))، وجوابه هذا يدل على  
انه كان من خيرة المؤمنين الذين نذروا  
حياتهم في سبيل الله تعالى تاركين  
ملذات الدنيا ومتمسكين بالعبادة والعمل  
بما يرضي الله عز وجل والعمل بسنة  
رسوله الكريم وآله الاطهار (عليهم  
السلام اجمعين) .

اشتهر عنه دعاء معروف باسمه، وهو  
دعاء علمه إياه الامام أمير المؤمنين علي  
ابن ابي طالب (عليه السلام) وقال له:  
(من دعا بهذه الدعوات استجاب الله  
له، وقضى جميع حوائجه)) وهذا يبين  
المكانة الكبيرة لهذا الصحابي الجليل  
المؤمن عند الامام امير المؤمنين (عليه  
السلام) فقد علمه دعاءً عظيماً تناقلته  
ألسنة المؤمنين الى يومنا هذا وسمي  
(دعاء أويس القرني).

استشهد (رضوان الله تعالى عليه)  
في شهر صفر سنة ٣٧ للهجرة بحرب  
صفين، وله قبر بمدينة الرقة في سوريا  
ويقصده المؤمنون لزيارته .





حوراء جبار حسين



رقية حسن



زهراء ريسان



محمد باقر حسن



حسن علي حسن



رقية فاضل



رسل سيد قاسم





زهراء علي حبيب



مریم کرار



محمد علي حبيب



موسی یوسف مهدي



حسن خليل عباس



آیات أبراهیم عباس



اسراء ريسان حسن





احصل على نسختك الورقية من مجلة الرياضيين في  
معرض الكتاب الدائم ما بين الحرمين الشريفين قرب الشاشة

[https:// alrayaheen.alkafeel.net](https://alrayaheen.alkafeel.net)



اكتب مجلة الرياضيين في محرك البحث جوجل



او امسح الباركود